Opłata pocztowa uiszczona ryczałtem.

POLSKIE ZIOŁA

MIESIĘCZNIK POŚWIĘCONY PROPAGANDZIE ZIELARSTWA

Nr 1. (ROK V) STYCZEŃ 1938 r.

SPIS RZECZY:

POLSKIE ZIOŁA

CZASOPISMO POŚWIĘCONE PROPAGANDZIE ZIELARSTWA

Nr 1 (rok V) **Styczeń** **1938 r.**

Na Nowy Rok...

Na przełomie lat zwykle sięgamy myślą wstecz, robiąc rachunek rezultatów pracy i wysiłków ubiegłych lat.

Świadomość, że zaczyna się coś nowego, rodzi mimowoli przeświadczenie, że skończyło się wszystko co niedociągnięte, wszystko co złe, odpadło już jak zeschły liść — a to, co się zaczyna, musi być stokroć lepsze, doskonalsze. Ze wzmożoną energią snujemy projekty na przyszłość...

Jak wiadomo rok ubiegły zaznaczył się poważnymi zmianami w kierunku rozwoju gospodarczego naszego kraju.

Jest to objaw, który przepełnia nas do głębi radością, że w rodzinie narodów, dążących do lepszego jutra — nie jesteśmy ostatni.

Z drugiej strony, ogarnia nas troska o to, czy społeczeństwo dojrzało już do samodzielnego i odpowiedzialnego podjęcia wielu dziedzin życia, do chwili obecnej bądźto zupełnie zaniedbanych, bądź też pozostających dotąd w rękach czynników obcych.

Już dzisiaj bowiem wyczuwa się, iż wzmożony ruch w kierunku gospodarczego rozwoju Polski stwarza sytuacje, gdzie podstawową rolę odgrywa — wartość jednostki.



Na każdym niemal kroku, w każdej dziedzinie gospodarstwa krajowego odczuwa się dzisiaj brak ludzi... nie tych szarych, ludzi małych potrzeb, bez inicjatywy i rozmachu, lub tych co stale niezadowoleni ze swego losu i pracy, jakie im przypadły w udziale, stale komuś czegoś zazdroszczą, wreszcie nie tych, co ustawicznie szukają punktów zaczepnych wśród otoczenia, pożywki dla swych uraz i pretensyj, często niczem nieuzasadnionych. Ci nigdy nie przyczynią się do postępu na żadnym polu.

Potrzeba nam ludzi, którzy fachowo wyszkoleni, z pełnym poczuciem odpowiedzialności, z wiarą w powodzenie swej idei chcą stanąć do startu, do wyścigu pracy o lepszą przyszłość, którzy pełni osobistej wartości — do ludzi podchodzić będą z wiarą w ich człowieczeństwo i chęcią obudzenia w nich lepszych instynktów.

Podjęcie twórczej pracy w dziedzinie gospodarczej w oparciu o takie jednostki, pociągnie za sobą innych, stworzy wiele nowych placówek pracy, zwalczy wreszcie t. zw. „szarzyznę życia".

Podniesie się poziom życia w Polsce, ustanie stałe ograniczanie swoich wymagań i pogodne dostosowywanie się do mizernego bytowania.

Zaspakajanie wyższej skali potrzeb i zdobywanie w sposób uczciwy środków na nie, ułatwi życie innym, będzie to droga do zwalczenia nadprodukcji, do dostarczenia pracy tym, co jej dziś nie mają, do podniesienia ogólnego dobrobytu.

Przy ogólnym zwiększeniu tempa pracy, przy pomocy ludzi nowych, silnych i zielarstwo nabierze pełniejszego rozwoju.

W tym Nowym Roku należałoby więc sobie życzyć przede wszystkim dopływu świeżych sił o pełnej wartości do wszelkich dziedzin życia, żywszego oddania się ich sprawie zielarskiej, która zapowiada się dobrze a rozwija niestety zbyt wolno, nie tak jakbyśmy sobie tego nieraz życzyli.

Wierzymy jednak, że przy dobrej woli i zrozumieniu ważności tego zagadnienia dla całokształtu spraw związanych z koniecznością podniesienia bytu rolnika, jak i nowych potrzeb lecznictwa i w dziedzinie zielarstwa nastąpi wreszcie pomyślny zwrot ku lepszemu.

REDAKCJA.

Kilka uwag o herbacie polskiej

Sporo już pisałem o herbacie pensylwańskiej — Monarda didyma — Pysznogłówka królewska (Pysznota szkarłatna), mimo to otrzymuję różne zapytania i widzę, że wiele osób, które sprowadziły sobie sadzonki, zwraca się do mnie o udzielenie różnych wskazówek, tyczących hodowli tej rośliny.

Pysznota rośnie u nas bez zarzutu, doskonale wytrzymuje zimy i nie marznie nawet przy braku śniegu, ale gdyby nastały silne mrozy na ziemię nagą, dla bezpieczeństwa można przysypać karpki na parę centymetrów słomiastym nawozem, jakąś pokruszoną słomą, igliwiem sosnowym, trocinami, co już ją doskonale zabezpieczy od zmarznięcia. Naturalnie na wiosnę, już w marcu trzeba to okrycie zsunąć między rzędy i albo wkopać albo też z pola zupełnie usunąć.

W zabezpieczeniu od mrozu muszę zwrócić uwagę na okrywanie zielskiem. Chwasty młode jeszcze niekwitnące i naturalnie nasion niemające, można używać do tego celu bez żadnej obawy, ale już kwitnących kłaść na rośliny nie można, gdyż nasiona ich wypadłe na ziemię, powschodzą i zanieczyszczą nam plantację. Oczyszczanie wtedy jest bardzo utrudnione, gdyż chwasty wykiełkują przy samych karpkach i usunąć je jest trudno.

Zabezpieczanie na zimę, szczególniej ma miejsce kiedy mamy kilkadziesiąt roślin i te chcemy od mrozu uchronić, gdyż przy plantacji liczącej tysiące egzemplarzy jest to dość trudne do wykonania.

Następny kłopot przedstawia się w przyjęciu nadesłanych sadzonek czyli młodych roślin. Wysyłka sadzo-

nek rozpoczyna się, gdy zacznie się już wegatacja, więc rzadko w marcu, a właściwie dopiero w kwietniu, maju, a niekiedy aż w czerwcu. Naturalnie im cieplej i rośliny miały czas wyrosnąć, tem przesłać je trudniej i tem przyjęcie ich jest cięższe.

Jeżeli otrzymane rośliny mają długą łodygę i wierzchołek, to przed posadzeniem górną część trzeba uciąć i obrócić na sadzonki (robione w inspekcie albo pudełku napełnionym lekką ziemią i nakrytym szybą, szkłem), a dolną dopiero starannie posadzić, obcisnąć i podlać. Jeżeli korzenie są świeże, niewysuszone, to łodyga chociażby zwiędła utrzyma się, a tylko wyjątkowo wymaga na pewien czas okrycia doniczką. Bardzo słabe rośliny potrzebują do przyjęcia się — krótkiego obcięcia łodygi.

Zbiór liści następuje, gdy te zaczynają czerwienieć przy nasadzie t. j. przy ogonku. Ma to miejsce najpierw od dołu i posuwa się stopniowo ku górze. Dolne liście już czerwienieją, gdy górne są jeszcze zupełnie zielone i bardzo soczyste. Ostatnie t. j. górne mogą być oberwane dopiero na jesieni.

Liść soczysty, pełen żywotności przy warunkach sprzyjających fermentacji, więc przy złożeniu większą masą i zagrzaniu się, podlega rozkładowi, wprost gniciu i trzeba go od tego zabezpieczyć i zmusić do prawidłowego zafermentowania. Takie młode liście po oberwaniu trzeba koniecznie rozłożyć cienką warstwą, tak aby niemal pojedyńczo leżały, przegarniać i doprowadzać do tego, by co najmniej połowę wilgoci t. j. soku straciły. Na noc trzeba je zgarniać i w dzień znów rozpościerać, jeśli w ciągu jednego dnia nie podeschły należycie.

Pysznota posiada bardzo silny zapach i zaparzana bez fermentacji, czy też po wyfermentowaniu jest nadmiernie pachnąca, dla tego też liście zebrane już czerwieniejące i zielone, soczyste, wymagające dosuszania, najlepiej jest poddawać fermentacji w pomieszaniu z innymi.

Po przeprowadzeniu różnych prób w dobraniu od-

powiednich liści, o smaku herbaty i w połączeniu z Pysznotą zlewających się w jeden silny i odrębny zapach, uznałem za bardzo odpowiednią wiśnię kwaśną, wiślankę, której owoce służą do wyrobu konfitur. Liście innych gatunków wisien zapachu tego nie posiadają lub też mają odmienny i bardzo słaby. Ktoby chciał, może wypróbować liście tej i innych wisien lub jabłoni, stosując się do swego gustu.

Liście Pysznoty do fermentacji mieszać można świeżo rwane czy też już przesuszone, w stosunku 1 cz. Pysznoty i do niej mieszając od 2 aż do 4 części liści wiśniowych lub innych. Wsypać to wszystko w czysty (wyprany starannie i wysuszony) worek, ten włożyć w sąsiek słomy albo dokładnie nakryć innym materiałem ciepłym aby w nim szybko podnieść i utrzymać wytworzone ciepło, niezbędne do fermentacji.

Worek taki nagrzewa się bardzo szybko i już po paru godzinach zawartość jest nagrzana. Na drugi dzień, licząc od napchania worka, ten trzeba wyjąć i zbadać jak się przedstawia zawartość. Trzeba przytem zobaczyć czy wszystkie i jednakowo zbrunatniały w nim liście. Następnie trzeba wszystko dobrze wymieszać, gdyby liście nie jednakowo czerniały, powtórnie ugnieść je w worku, a następnie nakryć. Tak się pilnuje, dokąd wszystkie liście nie nabiorą ciemno-brunatnego zabarwienia, a wtedy dopiero trzeba je pokrajać w cienkie paski i na mokro poskręcać, albo wysuszyć i dopiero pokrajać na paski.

Takie krajanie może być wykonane tylko na maszynie do krajania ziół, albo służącej do krajania liści tytoniowych.

Wszelkie niedokładności albo lekceważenie zaraz się odbiją na smaku, wyczuwamy bowiem w smaku herbaty surowiznę.

Herbata zupełnie przygotowana powinna leżeć jakiś czas w zamkniętem pudle, wtedy zapach jej się wyrabia i ustala. Herbata leżąca w zamknięciu podobnie jak cy-

gara i tytoń do palenia, nabiera silniejszego aromatu przez leżenie, gdyż proces fermentacyjny wykańcza się.

Warto, aby u nas właściciele ziemscy wzieli się do uprawy i produkcji herbaty polskiej, która po krótkiej wojnie z herbatą chińską i innymi herbatami ustaliłaby sobie zwolenników, ale pierwej musi być ona na rynku i być możliwą do nabycia.

W końcu dodam, że Pysznogłówka jest rośliną moczopędną i korzystnie oddziaływa na serce i nerwy, co w naszych czasach ma wielkie znaczenie dla ludzkości.

Mgr. J. Biegański.

Zioła poszukiwane na rynku zielarskim

P.P. Producenci ziół leczniczych, zechcą łaskawie przesłać na adres Redakcji (Warszawa, Krakowskie Przedmieście 38 m. 11) opróbkowane oferty niżej wymienionych ziół, celem wskazania miejsca ich zbytu:

Nazwy surowców roślin leczniczych		Orientacyjne ceny hurtowe za 100 kg.
Baccae Sorborum	— Owoce Jarzębiny	30 — 40 zł.
Cortex Frangulae	— Kora Kruszyny	40 — 50 „
Cortex Salicis	— „ wierzbowa	20 — 30 „
„ Quercus	— „ dębowa (z młodych gał.)	20 — 30 „
Folia Farfarae	— Liście Podbiału	20 — 30 „
„ Menthae pip.	— „ Mięty pieprzowej	200 —250 „
„ Rosmarini	— „ Rozmarynu	150 —200 „
„ Salviae offic.	— „ Szałwi lekarskiej	140 —180 „
Trifolii fibrini	— Bobrka trójlistnego	35 — 40 „
Flores Arnicae	— Kwiaty Pomornika górnego	150 —250 „
„ Chamomillae vulg.	— „ Rumianku zwycz.	250 —300 „
„ Convallariae maj.	— „ Konwalii majowej	800—1000 zł.

Nazwy surowców roślin leczniczych		Orientacyjne ceny hurtowe za 100 kg.
Flores Millefolii	— Kw. Krwawnika (krótko cięte)	30 — 40 „
„ Sambuci	— Kwiaty Bzu czarnego (otarte)	150 —200 „
„ Stoechados citr.	— „ Kocanki piaskowej	60 — 80 „
„ Tiliae	— „ Lipy	130 —170 „
Fructus Coriandri	— Owoce Kolendru	65 — 75 „
„ Foeniculi	— „ Kopru włoskiego	40 — 60 „
„ Rubi Idaei	— „ Malin	600 —800 „
„ Myrtillorum	— „ Czarnych jagód	90 —110 „
Herba Droserae long. i rot.	— Ziele Rosiczki	300 —400 „
„ Herniariae	— „ Połonicznika gładkiego	65 — 75 „
„ Plantaginis	— „ Babki wązkolistnej	40 — 50 „
„ Taraxaci c. flor.	— „ Mniszka lek. z kwiatami	40 — 50 „
„ Thymi vulg.	— „ Tymianku	120 —150 „
Lycopodium	— Pyłek Widłaku	900 —1000„
Secale cornutum	— Sporysz	1000—1100„
Rad. Altheae off.	— Korzeń Prawoślazu lek.	200 —230 „
„ Calami	— „ Tataraku	40 — 50 „
„ Inulae	— „ Omanu wielkiego	100 —150 „
„ Gentianae off.	— „ Goryczki	100 —150 „
„ Taraxaci off.	— „ Mniszka lek.	90 —100 „
„ Tormentillae	— „ Kurzego ziela	60 — 80 „
„ Valerianae off.	— „ Kozłka lekarskiego	160 —200 „
Viscum album	— Jemiołę i inne.	30 — 40 „

* * *

W miesiącach — styczniu i lutym zbierać można:

Łodygi słodkogorzu.

Jemiołę.

Żywicę sosnową.

Płynne przetwory ziołowe

W związku z silnym nawrotem społeczeństwa do ziołolecznictwa daje się dzisiaj zauważyć fakt, iż zioła lecznicze do niedawna jeszcze zaliczane do zabobonów ludowych — zyskują obecnie coraz większe znaczenie, wchodząc do arsenału leków oficjalnych medycyny współczesnej.

Nie ma prawie dzisiaj domu czy rodziny w Polsce, gdzieby ktoś nie stosował takiej czy innej mieszanki ziołowej, nie wychwalał jej zbawiennego działania i nie polecał gorąco innym.

Widać, iż społeczeństwo wiedzione zdrowym instynktem zdaje sobie sprawę z tego, iż nietylko powietrze, słońce i woda mogą wywrzeć korzystny wpływ na jego ustrój ale i rośliny, łączące w sobie energię leczniczą tych 3 elementów wraz ze składnikami i wpływami potencjonalnymi ziemi.

Doceniał wartość ziół już kiedyś Marcin z Urzędowa, kiedy twierdził, iż „nie było by środków ponad zioła droższych, gdyby nie były tak pospolite".

Środki lecznicze chemicznego pochodzenia mają wprawdzie swe piękne karty w dziedzinie leczenia chorób, ale tylko przy doraźnym, krótkotrwałym ich stosowaniu.

Leczenie nimi chorób długotrwałych, chronicznych daje wyniki przeważnie ujemne, jednostronne, usuwając objawy, nie lecząc samego organizmu, co mu przynosi szkody niepowetowane.

Wyniki badań ostatnich lat wykazują, że leczyć chorego — to przede wszystkim usuwać przyczyny jego schorzeń, wydalać trucizny nagromadzone w jego organizmie, wzmacniać osłabione tkanki, pobudzać je do walki, do energicznej samoobrony, a nie tłumić jej środkami sztucznie wytworzonymi.

Zioła lecznicze — wytwór energii słońca, powietrza,

wody i ziemi, są właśnie jakby z góry przeznaczone na to, by leczyć skutecznie długotrwałe cierpienia, by wzmacniać, zabezpieczać niejako organizm i jego poszczególne organy — nie obciążając go przy tym balastem zbytecznych związków chemicznych.

Olejki eteryczne zawarte niemal we wszystkich ziołach pobudzają siły żywotne tkanek, niszczą i wydalają drobnoustroje, czyszczą krew — nie szkodząc przy tym organizmowi.

Poszczególne składniki lecznicze ziół nie szkodzą sobie w działaniu na ustrój lecz wzajemnie się uzupełniają, potęgując swe działanie na pewne organy ustroju. Dostarczają one również organizmowi soli jak wapń, żelazo, fosfor, sód i t. d., niezbędnych dla składu krwi i to w ilościach nie przekraczających możliwości chłonnych danego ustroju.

Niejednokrotnie stwierdzono, iż zioła lecznicze najsilniej przejawiają czynności wyżej wymienione w stanie świeżym.

Ponieważ obecność ziół w stanie świeżym ograniczona jest u nas zaledwie do kilku miesięcy w ciągu roku, dlatego też stosowane są one powszechnie w stanie wysuszonym, co poniekąd zmienia i osłabia ich pierwotne własności lecznicze.

Chcąc udostępnić szerokiemu ogółowi zioła w stanie naturalnym, i niejako zatrzymać działanie świeżej rośliny na okres długich, bezsłonecznych miesięcy — firmy chem.-farmaceutyczne w Warszawie przygotowują wyciągi fizjologiczne ze świeżych ziół, stabilizowanych specjalnymi, indywidualnie do danej rośliny dostosowanymi metodami.

Na pierwszy plan wysuwają się wyciągi ziołowe firmy d. **Magister Klawe**, które jako t. zw. intrakta przygotowane z kilkudziesięciu najczęściej używanych roślin leczniczych zyskują sobie coraz szerszy popyt wśród zwolenników ziołolecznictwa.

Produkcja tych najdoskonalszych dzisiaj przetworów fytoterapeutycznych, jakimi są Intrakty Klawe, jest oparta na następujących ważniejszych zasadach: a) własne plantacje, uniemożliwiające skrzyżowanie różnych odmian roślin;

b) opracowywanie dla każdego gatunku roślin, indywidualnej metody ustalającej czynnik działający;

c) indywidualne metody stabilizacji dla poszczególnych roślin;

d) biologiczne i kliniczne oznaczanie koncentracji i dawkowania dla każdej serii;

e) biologiczna *standaryzacja* przeprowadzona we własnych pracowniach.

Należy nadmienić, że w ten sposób przygotowane intrakty zawierają całokształt czynnych składników danej rośliny w stanie niezmienionym i w stosunku odpowiadającym strukturze żywej komórki roślinnej.

Pewne wysiłki w kierunku dostarczania soków roślinnych w stanie świeżym czyni **Apteka Mazowiecka** w Warszawie, znana z szerokiego propagowania zwłaszcza soku z czosnku *(Succus Allii Sativi).*

Ostatnio na rynku farmaceut. pojawiły się soki wytłaczane i fachowo przygotowywane ze świeżych ziół firmy **Mgr. E. Gobiec** (Warszawa, Miodowa 14).

Soki te, zawierają wszystkie rozpuszczalne i możliwie niezmienione składniki takich roślin jak dziurawiec, krwawnik, rumianek, waleriana, mniszek lek. i inne.

Doceniając ogromną wartość wyciągów ziołowych jako leków naturalnego pochodzenia — dla zdrowia społeczeństwa, z radością należy witać każdy przejaw przemysłu chem.-farmaceutycznego w sposób naukowy i fachowy traktujący zioła jak i ich przetwory.

Będzie to korzystne i dla rozwoju zielarstwa jako jednego z działów gospodarczych naszego rolnictwa i nie obojętne dla bilansu handlowego Polski, płacącej nieraz poważne sumy za niezbyt wartościowe preparaty chemiczne pochodzenia zagranicznego.

S. M.

Święte ziele — Wiłułka lekarska

„...Żadna z roślin nie cieszyła się u Rzymian tak wielką wziętością i sławą, co hierabotane, (święte ziele)”, pisze Pliniusz w swej słynnej i zresztą znacznie przecenianej w swoim czasie Historii Naturalnej.

To święte ziele, zwane po grecku hierobotane, po łacinie herba sacra, w polskim języku zaś znane szeroko pod nazwą witułki lekarskiej, koszyszka, lub koszyczka, żeleźnika, stanowi najpospolitszą odmianę werweny, (Verbena officinalis), z rodziny Verbenae, bardzo rozpowszechnioną i rosnącą w stanie dzikim w Europie nawet, chociaż pochodzi właściwie z krajów gorących, południowych.

Przerzucając pożółkłe karty dawnych zielników, historii naturalnych i botanik, czytając liczne opisy poświęcone czarodziejskim i leczniczym właściwościom tego ziela, nie można się oprzeć uczuciu pewnego zdziwienia, czym zwrócił na siebie uwagę i zjednał sobie tak wielki rozgłos i znaczenie ten nikły, niepozorny kwiatek, bladoliliowego koloru, prawie zupełnie pozbawiony zapachu.

Uczeni nie zdołali dotąd ustalić i uzgodnić między sobą pochodzenia słowa werbena. Jedni wyprowadzają go od sanskryckiego pnia vardh,—co znaczy rosnąć, inni znów od imienia greckiej bogini miłości Venery (Venus), albo od słowa łacińskiego vena, jakoże przypisywano werbenie właściwości remedium aphrodisiacum, inni jeszcze wiążą jego pochodzenie z czasownikiem verrere — zamiatać, uzasadniając to twierdzenie tym, że gałązki jej były używane do zamiatania, czyszczenia — „chędożenia” Jowiszowych ołtarzy.

Tak czy inaczej, rozpowszechnienie jej było w starożytności ogromne, a znaczenie symboliczne też niemałe. W świątyniach greckich i rzymskich zdobiła ona ołtarze i wszyscy ci, którzy przychodzili składać bogom ofiary, mieli wieńce z werbeny na głowach i gałązki jej kwiecia w ręku. Pamiętano o tym zwłaszcza i przestrzegano skrupulatnie w wypadkach, gdy chodziło o przebłaganie i uśmie-

rzenie gniewu bogów. Gałązkami werbeny umoczonymi w wodzie kropiono również mieszkanie, by wygnać z niego złe duchy i obronić się od uroków. Bardzo rozpowszechnione było też mniemanie, że sala biesiadna pokropiona wodą, w której mokła werbena, wywiera rozweselający wpływ na zaproszonych i daje pogodny nastrój przy uczcie. Pierwszy wspomina o tym Pliniusz, za nim przedostała się ta wiadomość i do naszych zielników, spotykamy ją u Marcina z Urzędowa i w „Ogrodzie zdrowia" Spiczyńskiego. Ale nasz stary, poczciwy Syreński, przytaczając ją również za Pliniuszem, odnosi się już do niej krytycznie i z dużym sceptycyzmem, dodając z jowialnym, szlacheckim humorem zabawny komentarz od siebie.

„Starzy zabobonnicy — czytamy w jego „Zielniku", piszą o tym zielu, iż tą wodą, w której by moczone albo warzone było, gmach skropiony, w którym by goście mieli być częstowani, bardzo wesoło i dobrej myśli czyni. O czym ja też trzymam, gdy im dobrego wina Małmazji, Rywuły, albo Muszkatele pan Gospodarz doda. Ale bez tego chociażby wszystek gmach zwierzchu i wewnątrz tą wodą oblał, nic wesołego, a bo co mało będzie."

Heroldowie ogłaszający wojnę lub pokój również przywdziewali wieńce z werbeny na głowy, by podkreślić uroczysty charakter swej misji.

Ale i w starożytnej Galii miała werbena niemniejsze znaczenie. Druidzi czcili ją na równi z jemiołą, posługując się nią w przepowiadaniu przyszłości, ciągnieniu losów i td. Zbiór jej odbywał się zawsze z wielkim ceremoniałem i uroczystością, określony szeregiem przepisów i zwyczai, których nie wolno było przekroczyć, od ścisłego zachowania ich bowiem uzależniona była w znacznej mierze późniejsza władza i moc świętego ziela. Tak więc zbiór werbeny powinien się był odbywać podczas kanikuły, o świcie, przed wschodem, żeby ani księżyc, ani słońce nie mogły być świadkami obrzędu. Przed przystąpieniem do zbioru, kapłani starożytnej Galii składali ziemi ofiarę wynagradzającą, złożoną z miodu i owoców, po czym dopiero, nakreśliwszy wokół rośliny znak koła nożem, wy-

rywali ją lewą ręką, którą podnosili następnie wysoko w górę wraz ze swą zdobyczą. Po wyrwaniu suszono ją w cieniu — oddzielnie korzeń, łodygę i liście.

Tak zdobyte i sporządzone ziele posiadało przedziwną siłę i prawdziwie czarodziejskie własności, i to zarówno lecznicze, jako i moralne. Tak więc stanowiło niezawodny środek na wszystkie dolegliwości i choroby ludzkie, zwłaszcza skuteczne i stosowane często przeciw ukąszeniu jadowitych wężów, poza tym jednało przyjaźń ludzką, łamało i osłabiało nienawiść i td. Jak widać roślina bardzo pożyteczna i w dzisiejszych czasach bardziej może niż w innych — przydatna.

Ale złote czasy werbeny w lecznictwie przypadają na średniowiecze, kiedy to w praktykach czarodziejskich i magii, zajęła ona poczesne miejsce obok słynnej mandragory i innych roślin tego typu. Stanowiła ona chyba jeden z najbardziej uniwersalnych środków, polecany i zachwalany w niezliczonych receptach i przepisach, a używany w przeróżnych odmianach zarówno jako lekarstwa wewnętrzne, jak też i kataplazmy, okłady aplikowane na zewnątrz.

Czytając „Zielnik" Syreńskiego, w którym aż osiem wielkich, pergaminowych stron poświęconych jest lekom z witułki, przychodzimy w końcu do wniosku, że nie było chyba choroby, której by nie próbowano za jej przyczyną uleczyć.

Oto ból głowy uśmierzają znakomicie, według Syreńskiego, preparaty z werbeny, octu winnego i olejku różanego przyłożone do skroni; również skuteczna okazuje się werbena smażona w oliwie, albo też wódka z tego ziela sporządzona z migdałami gorzkimi, albo wreszcie wieniec z kwiecia włożony na skronie.

Oprócz głowy przynosi ona również ulgę chorym: „piersiom, płucom, bokom, suchotom poczynającym", leczy także cudownie wszelkie choroby żołądkowe: żółtaczkę, czerwonkę, bóle, kolki, wątrobę, śledzionę, „kamień w nyrkach" i td. i td. Tak więc na dolegliwości wątroby

pomaga utarty proch z werbeny zbieranej po zachodzie słońca, a przyrządzony z winem białym i przyjmowany w stanie ciepłym; na żółtaczkę istnieje chyba kilkanaście różnych przepisów, między innymi wcale skomplikowany preparat z witułki, szpiki indyjskiej, mirry, żywicy, laki i td., który powinien być „najsubtelniej” utarty, po utarciu zaś podlany wodą studzienną i pity na czczo. Werbena jest również doskonałym lekarstwem na serce, (w winie warzona), na choroby oczów, „dychowicę“, (sok pity z miodem albo cukrem), epilepsję, melancholię, zaburzenia umysłowe, neutralizuje też działanie trucizny, jadu gadziny, psa wściekłego i td.

Od morowego powietrza chroni zjedzenie na czczo paru świeżych listków tego przedziwnego ziela z masłem osolonym, albo kęsem chleba. Chory na wole zostanie uleczony bardzo łatwo jeśli rozdzielić korzeń werbeny na dwie części i jedną z nich przywiązać choremu do szyi, drugą zaś wędzić w dymie; „w miarę bowiem jak ta druga część będzie schnąć i wole będzie niszczeć“. (Rostafiński: Zielnik czarodziejski.) Biada jednak choremu, który by po wyzdrowieniu nie dochował wdzięczności i wzbraniał się uiścić należną zapłatę doktorowi, ma on bowiem niezawodny środek zemsty w swym ręku: oto puściwszy obie części korzenia na wodę, może sprawić, że wole odrośnie i już się żadnymi środkami uleczyć nie da.

Przy dolegliwościach kobiecych również dokazuje werbena odpowiednio zastosowana i użyta wielu i znacznych cudów: „Białogłowskiego łona rany i boleści osobliwie goi i bole układa“; chroni od poronienia; „lekkie rodzenie białogłowom czyni, matkom mleka dostatek daje“, i td.

Aplikowana na zewnątrz „wrzody zagniłe i smrodliwe, a ciało rozjadające goi,.. rany wszelakie spaja i goi...“; „ogień piekielny odpędza z octem utarta a plastrowana...“; „trędowatości na twarzy poczynającej także bywa użyteczna“; plamy na twarzy i świerzb spędza, ulgę przynosi artretycznym, na podagrę i reumatyzm cierpiącym,

przeciwdziała wypadaniu włosów, nawet „zęby czarne i zaplugawione wyciera i chędogie czyni“.

A ma przy tym werbena takie dziwne własności, że przyłożona do ciała, barwi skórę na czerwono, wskutek czego przez długie lata utrzymywało się przekonanie, że ściąga ona krew na zewnątrz.

W weterynarii również była w swoim czasie szeroko stosowana, zwłaszcza gdy chodziło o choroby bydła; służyła też za paszę dla królików i stanowiła wielką przynętę dla gołębi, czemu zawdzięcza nawet nazwę: kolumbarium, albo peristereos. „Przynęca gołębie“, „gołębie się w niej kochają“ czytamy w różnych zielnikach.

Ale obok tych własności czysto fizycznych, leczniczych, jak widać zresztą bardzo bogatych i potężnych, przypisywano jej również pewną siłę magiczną i władzę czarodziejską nad ludźmi.

Już Pliniusz wspomina o tym, że według twierdzenia magów, ten kto się nią natrze, otrzyma wszystko, czego tylko zapragnie. Potwierdzenie tego bardzo pospolitego i rozpowszechnionego mniemania znajdujemy też w „Zielniku" Marcina z Urzędowa, gdzie czytamy, że „Człowiek, który się jego sokiem pomaże uprosi każdego, o co chce".

Czarodziejskie ziele broni oczywiście od czarów i stanowi skuteczną broń od złych uroków. W „Składzie albo w skarbcu" znajdujemy nawet szczegółowy przepis, w jaki sposób go używać, żeby odniosło ono jak najlepszy skutek. Oto musi być zebrane przed wschodem słońca i jedzone na surowo. A tak wielka jest jego władza nad wszelkim stworzeniem, że nawet psy nie szczekają na tego, który go ma przy sobie.

Z zakresu tak rozległego działania werbeny nie mogła być oczywiście pominięta dziedzina miłości. Ziele to stanowiło też jakby pewną odmianę lubczyka, bardzo cenionego i poszukiwanego przez zakochanych. „Miłośnie zaczarowanym pomaga“ czytamy u Syreńskiego, ale w „Sekretach białogłowskich“ Albertusa Magnusa, znajduje się ostrzegawcza uwaga, że „proch (werbeny) między

ludźmi lub kochającymi się posypany, powoduje zwadę i zawziętość między nimi".

Choć uznana była za aphrodisiacum, to jednak wpływ jej na obyczajność jest wyraźnie dodatni i umoralniający: oto noszona w ręku, lub kładziona pod poduszkę, czyni człowieka skromnym przez czas dłuższy, tłumiąc „zbytnią jurność do wszeteczeństwa" i t. d. Sprowadza też werbena ogólną pomyślność i bogactwo na dom: „w domu, w winnicy, w polu położona daje obfity procent", jeśli jest noszona przez dzieci „czyni je sposobne do nauki, wesołe i uciszne". (Rostafiński: Zielnik czarodziejski).

Dziś królestwo werbeny skończyło się prawie zupełnie. Nie mówiąc już o przypisywanych jej właściwościach czarodziejskich i magicznych, wyszła też prawie zupełnie z użycia jako środek leczniczy, jak zresztą wszystkie niemal cudowne i uniwersalne środki, nie wytrzymujące najczęściej krytycznego wejrzenia wiedzy ścisłej. Może specjalne badania nad tą rośliną w przyszłości wykażą jeszcze jej specyficzne własności lecznicze.

Dzisiaj — o dawnej jej świetności mówią jedynie stare, prawie zupełnie zapomniane i przez ogół nie znane zielniki, botaniki, i „herbarze" (staropolska nazwa zielnika od słowa łacińskiego herba—roślina pochodząca).

Ale w medycynie ludowej, w podaniach, gusłach i praktykach znachorskich święci ona wciąż jeszcze i nadal tryumfy.

Mgr. Wanda Kieszkowska.

Na marginesie artykułu: „Co sprowadza zdrowy sen?"

W związku z artykułem p. t. „Co sprowadza zdrowy sen?" zamieszcz. w numerze kwart. (VII, VIII, IX) ub. r. jeden z P. Czytelników naszego pisma przesłał na adres Redakcji swoje uwagi i uzupełnienia, które niniejszym w całości podajemy.

Zależnie od przyrody i jej systemu naturalnego wszelkie stworzenia normują swój sen. Najmniej podpada pod ogólne jej prawa—człowiek. Doświadczenia wykazują, że tak jak pod każdym, tak i pod tym względem nie możemy się wyłamywać z pod praw naturalnych. Godzina snu zaraz po zachodzie słońca jest pięć razy cenniejsza niż po północy i dlatego tylko sen przed północą prawdziwie pokrzepia.

Wiadomo, że człowiek przez dłuższy czas nie może pracować nocą a sypiać za dnia, chociażby przesypiał 12 godzin na dobę. W fabrykach, gdzie praca idzie bez przerwy na trzy zmiany, robotnicy pracują w nocy kolejno co 3 tygodnie, okazało się bowiem, że kto przez dłuższy czas kładzie się spać po północy zapada na rozstrój nerwowy.

Sen w ciągu dnia dla ludzi zdrowych nie jest wskazany. Zwyczaj sypiania po obiedzie powstał z nałogu obżarstwa, po obfitym bowiem posiłku ustrój wszystkie rozporządzalne siły i cały zapas krwi kieruje do narządów trawiennych, odciągając krew od mózgu, co sprowadza senność. Natomiast krótkie momenty odpoczynku przed i po posiłku, zwłaszcza po ciężkiej pracy, w pozycji leżącej, połączone z głębokim wdychaniem i rozluźnianiem ciała — sprowadza należyty wypoczynek organizmu. Jedynie dla ludzi chorych, ozdrowieńców i małych dzieci sypianie za dnia jest koniecznością fizjologiczną, bo siły życiowe pracują tu nad budową, odnową

lub gojeniem ustroju. Według ostatnich badań, długość snu zależy od kwasowości ustroju. Istnieją ustroje kwaśne (kwasica krwi), których krew zawiera znaczną ilość kwasu moczowego i innych, a mało zasad (alkalii). Jednostki tego typu muszą spać znacznie dłużej 8 — 9 godzin na dobę, bowiem podczas snu ustrój zobojętnia i usuwa z trudem te kwasy, o ile oczywiście dostarczamy mu w pożywieniu odpowiednią dawkę składników zasadowych, w przeciwnym razie zakwaszenie nie wiele się zmniejsza.

Natomiast ustroje przeciwnego typu, z dużym zasobem ciał zasadowych we krwi, a małą ilością kwasowych, usuwają szybko trucizny z organizmu. Tym wystarcza 6 — 7 godzinny sen. Teraz rozumiemy, dlaczego tak dodatnio wpływa na sen spożywanie na noc pokarmów jarskich, bogatych w sole mineralne. Do najbardziej wskazanych pokarmów na noc należą jabłka, sok pomarańczowy, zsiadłe mleko, 1 — 2 łyżeczki naturalnego miodu zwłaszcza podczas bezsenności nerwowej i t.p.

Można też tu zastosować zioła np. kwiat męki pańskiej — Flores Passiflorae (łyżkę na szklankę wody zaparzać) lub mieszankę złożoną z równych części: kozłka lek. mięty pieprzowej i bobrka trójlistnego.

K. Lisocki.

Dokończenie nastąpi.

Książki do nabycia za pośrednictwem Redakcji:

Mgr. Jan Biegański	„Hodowla Ziół Lekarskich".	5.— zł
„ „ „	„Zielarz", podręcznik dla zbierających zioła lecznicze ze stanu dzikiego	4.— „
„ „ „	„Nasze zioła i leczenie się niemi	6.— „
„ „ „	„Soja i jej uprawa" . . .	1.20 „
„ „ „	Rumianek i jego uprawa" .	—.75 „
„ „ „	„Kozłek lekarski"	—.75 „
„ „ „	Różne herbaty i herbata polska	1.— „
Dr. med. Jerzy Lypa	„Phytotherapia — Ziołolecznictwo"	5.— „
Inż. Jerzy Marjański:	„O suszeniu ziół leczniczych"	—.75 „
Dr. E. Wasiutyński i Mgr. J. Biegański	„Reumatyzm — Artretyzm — leczenie ziołami" w opracowaniu dla wszystkich . .	1.80 „
„ „	„Choroby nerek — leczenie ziołami" w opr. dla wszyst.	1.80 „
„ „	„Choroby dróg moczowych— leczenie ziołami" w opr. dla wszystkich	1.80 „
„ „	„Choroby wątroby i woreczka żółciowego — leczenie ziołami" w opr. dla wszyst.	1.80 „

Bibliografia

Dr E. Wasiutyński — Mgr J. Biegański.

Choroby nerek (przebieg, przykłady leczenia, dieta). Leczenie ziołami w opracowaniu dla wszystkich. Warszawa 1937 r. 40 str. Nakł. Stow. Pracown. Księgarskich.

Za granicą już oddawna popularyzacja wiedzy lekarskiej przeszła w ręce samych lekarzy i podobne książki wydawane są przez fachowe lekarskie wydawnictwa.

W Polsce pierwsze kroki w tej dziedzinie lekarze dopiero stawiają, gdyż jeszcze dużo mamy, szczególniej w ziołolecznictwie książek pisanych przez analfabetów w medycynie, ludzi zgoła niefachowych w tej dziedzinie. Dlatego należy powitać książeczkę Dra *E. Wasiutyńskiego* i Mgra *J. Biegańskiego*, gdzie w sposób niezwykle zwięzły i przejrzysty powiązano sporo wiadomości z dziedziny chorób nerek, a także podano bardzo ciekawe połączenia ziół, działających moczopędnie. Są tam zioła zupełnie obojętne dla miąższu nerek i pobudzające tylko działanie naczyń nerkowych, są łagodzące podrażnienia śluzówki dróg moczowych, zarówno jak nie zabrakło i roślin aromatycznych, działających odruchowo na wydzielanie moczu. Na szczęście, nie widzimy w tych receptach niektórych, ulubionych przez znachorów, bardzo silnie działających roślin, jak jagody jałowcu i t. p.

Zwrócono także uwagę i na niebezpieczeństwo stosowania miłka wiosennego, który tak łatwo podwyższa ciśnienie u nefrotyków. W wielu przypadkach książeczka Dra E. Wasiutyńskiego i Mgra J. Biegańskiego może pomóc choremu, a nawet przypomni niejedno lekarzowi praktykującemu.

Dr J. Lypa.

Kronika

Badanie życia roślin. Hindus Sir Jagadis Chunder Bose, który jest wielkim posiadaczem majątku w Kalkucie (Indie) wynalazł nowy aparat, za pomocą którego będzie można badać życie roślin. Aparat ten Bose tak skonstruował, że można obserwować wszelkie czynności, jakie odbywają się u poszczególnych organów rośliny.

Botanicy indyjscy aparat ten ulepszają i mają w niedługim czasie wydać ostateczną opinię, czy w praktyce aparat ten będzie mógł mieć większe zastosowanie.

Piszą o tym aparacie botanicy indyjscy, że życie roślin do wynalazku tego aparatu było jeszcze tajemnicą dla człowieka.

Dziś można widzieć tę ogromną fabrykę w roślinie, która bez przerwy pracuje na całe 100% przy temperaturze optimum. Piszą ci uczeni, że praca w fabryce najmniejszej rośliny tak wygląda, jak w największej na świecie fabryce samochodów Forda czy innych maszyn.

Cały świat przyrodników oczekuje z wielkim zainteresowaniem dalszych badań uczonych indyjskich nad życiem roślin i udoskonaleniem aparatu Bosego. *(Hasło Ogrodn.-Rolnicze).*

O uprawie jeżyn. Uprawa i hodowla jeżyn coraz bardziej zanika, pomimo, że roślina ta stawia minimalne wymagania co do

warunków glebowych, oraz pielęgnacji, a daje corocznie bogaty plon.

W Ameryce już od dawna wysadzają długie przestrzenie stoków kolejowych wielkoowocowemi jeżynami. Uprawa jeżyn przynosi w tym wypadku dwie korzyści: obfite zbiory owoców oraz, wskutek bogato rozgałęzionych korzeni, większą spoistość i trwałość szkarp. Również i Anglia poświęca wiele uwagi hodowli jeżyn różnych odmian.

Należałoby zatem przystąpić do masowego sadzenia jeżyn, szczególnie na szkarpach kolejowych oraz drogowych. Najodpowiedniejszym okresem sadzenia jest wiosna, gdyż w okresie jesiennym mogą przedwczesne mrozy poczynić szkody. Co do odmian można polecić: Wilsona wczesna, Taylora najpłodniejsza, Mammuth, Lawton, oraz Theodor Reimers, które nawet mrozy 1928/29 r. doskonale przetrzymały. (Die Gartenbauwirtschaft Nr. 4/1936 r.).

Znaczenie spożycia soi. W dążeniu do zapewnienia samowystarczalności Niemiec w dziedzinie wyżywienia, zwraca rolnictwo Trzeciej Rzeszy uwagę nietylko na zagadnienia produkcji, lecz również na sprawę racjonalizacji konsumcji artykułów spożywczych.

W związku z tym dochodzi się do wniosku, że dotychczasowy import tłuszczów i artykułów białkowych mógłby ulec redukcji, gdyż nie jest on wynikiem istotnych potrzeb w zakresie odżywiania, lecz skutkiem nadmiernego, niezgodnego z racjonalną higieną — spożycia tych składników. Ponadto znaczna część artykułów zwierzęcych mogłaby być zastąpiona przez białka i tłuszcze roślinne — a mianowicie przez zwiększenie spożycia soi. Soja zawiera do 37% lekko przyswajalnego białka, ponadto znaczne ilości fosforu, wreszcie jest bogata w witaminy A, B, i D. Dlatego też uzyskała ona dominujące znaczenie w odżywianiu ludów rasy żółtej. Przy szeregu chorób jak cukrzyca, zapalenie nerek i zwapnienie żył, może być użyta dla odżywiania dietetycznego. Wreszcie, co jest może najbardziej doniosłe dla gospodarki narodowej, białko i tłuszcze soi są o wiele tańsze od zwierzęcych. Przetwarzanie bowiem paszy roślinnej na białko i tłuszcz przez organizm zwierzęcy jest procesem powolnym i stosunkowo mało wydajnym. Stąd wynika, że jeśli porównać ilość białka, jaką otrzymamy z hektara przy uprawie soi, z przyrostem białka u świń, uzyskanym dzięki skarmianiu plonu z jednego hektara, to pierwsza z tych liczb będzie 4 razy wyższa od drugiej. (Deutsche Landwirtschaftliche Presse Nr. 42).

O wytrzymałości żołądka ludzkiego. Listopadowy numer miesięcznika francuskiego: „Ja wiem wszystko", poświęcający na swych łamach wiele miejsca zagadnieniom medycznym, w artykule pod zabawnym tytułem: „Żołądek — bazar", przytacza szereg przykładów przedziwnej nieraz wytrzymałości żołądka ludzkiego. Oto

podczas operacji pewnego maga hinduskiego z Bombaju znaleziono w jego żołądku, ni mniej ni więcej, a... osiemnaście scyzoryków. A wypadków podobnych znajduje się oczywiście więcej. Pewien robotnik rosyjski łykał gwoździe za szklankę wódki i gdy po pewnym czasie, mimo środków przeczyszczających, przyjmowanych po każdym z takich wyczynów, poczuł jednak przykry ciężar w żołądku i zabieg chirurgiczny okazał się nieunikniony, operacja wykazała sto piętnaście gwoździ, ważących w sumie koło 345 gramów. Doktór Monier odkrył w żołądku jednego ze swych operowanych pacjentów: osiem łyżeczek od kawy, widelec, trzonek i ostrze od noża, gwoździe, klucz itd. Doktór Thorek wyjął dwieście siedemdziesiąt przeróżnych przedmiotów jak gwoździe, szpilki, zakrętki, śruby itd. W innym znów wypadku znaleziono przeszło trzy kilo kamieni i kawałków drewna. I przykładów takich można by mnożyć bez końca.

Wobec takich i tym podobnych ekstrawagancji dziwić się prawie należy, że na sto wypadków, zdarza się tylko 15% śmiertelnych.

Czyżby człowiek był nieśmiertelny! Pod tym oto sensacyjnym tutułem, Gringoire, paryski tygodnik polityczno-literacki ogłosił artykulik, poświęcony pracom i odkryciom profesora Aleksina Carrela, laureata nagrody Nobla, z zakresu medycyny.

A są one istotnie niezwykłe. Pierwsze próby zostały podjęte i dokonane już w 1912 roku. Oto doktor Carrel, wziąwszy cząstkę ciepłego jeszcze serca kurczaka, zwilżył ją odpowiednio wyciągiem embrionalnym i wtedy, o dziwo, cząstka kurzego serca, urosła w przeciągu czterdziestu ośmiu godzin w dwójnasób. Od tego czasu minęło dwadzieścia pięć lat... Ale serce kurczaka nie zamarło. Wystawione na widok publiczny w paryskim Pałacu Odkryć, żyje wciąż, rośnie i pulsuje, podtrzymywane sztucznie przez pierwiastki odżywcze, zwane trefonami, zawarte w wyciągu embrionów.

Jeżeli zatem poszczególne komórki, odpowiednio podtrzymywane i odżywiane, mogą żyć w nieskończoność, to dlaczegóż sam człowiek, który jest ostatecznie niczym innym, jak zbiorem przeróżnych komórek, nie miałby przedłużyć swego zbyt krótkiego, niestety, istnienia do nieśmiertelności?, — zapytuje autor artykułu.

Życie wieczne... Nieśmiertelność... Zagadnienie nie nowe, — dręczące ludzkość przez wszystkie wieki jej dziejów, od początku niemal istnienia. A dzisiaj w czasach odkryć, wynalazków i udoskonaleń wszelkiego rodzaju, kiedy wiedza wciąż idzie naprzód z zawrotną szybkością, człowiek mniej, niż kiedykolwiek, skłonny jest pogodzić się ze śmiercią.

Badaniom i pracy nad zwalczaniem śmierci, tego najpotężniejszego, niezwyciężonego wroga ludzkości, zajmuje się również znany fizjolog francuski doktor Piorr Rosenthal, który doszedł do bardzo poważnych wyników w metodzie leczenia wszelkich niedoma-

gań organicznych jak anemii, gruźlicy, neurastenii i t.d. za pomocą wyciągu embrionalnego z jaj wysiadywanych przez przeciąg dziesięciu dni

Jakkolwiek prace i doświadczenia profesora Carrela i doktora Rosenthala zdają się mieć ogromne znaczenie dla przyszłości i rozwoju nauk medycznych, to jednak nie wydaje się możliwym, by mogły się przyczynić do zniesienia prawa śmierci, zbyt ściśle i wyraźnie związanego z celem i przeznaczeniem człowieka, żeby mógł on się spod niego samowolnie wyłamać.

W ostatnich miesiącach ukazała się w przekładzie polskim w wydawnictwie: „Biblioteki Wiedzy" praca profesora Carrela pod znamiennym tytułem: „Człowiek — istota nieznana", ciesząca się wielkim powodzeniem wśród szerokich mas społeczeństwa polskiego.

Kalina jako lek. Pospolita w naszych lasach kalina *(Viburnun opulus)* należy do tej samej rodziny botanicznej, co i używany w lecznictwie *Bez czarny* (Sambucus nigra). Owoce naszej kaliny, oraz niektórych gatunków amerykańskich (np. Viburnun nudum, V. oxycoccos) i syberyjskich (V. dahuricum), chociaż nie należą do jagódek zbyt smacznych, jednak bywają jadane, zwłaszcza po przemrożeniu.

Niegdyś miały w lecznictwie zastosowanie kora, liście i owoce naszej kaliny. Obecnie spotyka się w aptekach najczęściej *korę* kaliny amerykańskiej (Cortex Viburni prunifolii), którą się stosuje jako lek *przeciwkurczowy, kojący i ściągający.*

Kalina zawiera gorzką, nietrującą substancję Viburninę, kwas walerianowy i kaprynowy oraz substancje garbnikowe; w jagodach kaliny znajduje się oprócz tego czerwony barwik i cukier trzcinowy. *Kojące działanie kaliny przy dusznicy, newrozach oraz histerii* może zależeć od obecności w niej kwasu walerianowego i kaprynowego.

W Wileńszczyźnie lud stosuje kwiaty kaliny, jako lek kojący przy zaburzeniach klimakterycznych u kobiet.

Trujących glikozydów i alkaloidów kalina *nie zawiera.*

Większe ilości owoców kaliny działają — podobnie jak owoce bzu czarnego — przeczyszczająco. *Prof. Jan Muszyński (Wilno).*

Kącik Ziołolekarza:

WP. Wanda K. Rzeszów. Na razie nie posiadamy w medycynie ziół przeciw żylakom.

Należałoby w tym wypadku nosić elastyczną opaskę, uprawiać sporty itd.

Radykalne wyleczenie możliwe jest jedynie przez odpowiednie injekcje lub też operacyjnie. Metoda leczenia żylaków injekcjami jest jednak znacznie prostsza i mniej kłopotliwa.

Odpowiedzi Redakcji:

WP. Stanisław R. Śląsk. Niestety ziół zapomocą których można byłoby się pozbyć kreta z ogrodu dotąd nie znamy.

Podobno niżej podany sposób jest skuteczny w pozbywaniu się tego rodzaju nieproszonych gości:

Do kretowiska (kanału) wkłada się mały kawałek karbitu i otwór zatyka. Karbit wskutek wilgoci ziemi rozkłada się i wydaje gaz acetylowy tak silny, a równocześnie tak niemiły, że krety w ogromnym pośpiechu uciekają i nie wracają nigdy z powrotem w to miejsce.

WP. Kazimiera B. Poznań. Owszem pchły w szparach podłóg można wytępić zapomocą ziół.

Wybitnie skuteczny jest tu odwar z korzenia tataraku i pietruszki, jeśli polewa się nim na gorąco szpary podłóg. Wskazane jest również zamiatanie podłóg miotłą ze świeżego piołunu.

Niniejszym komunikujemy, iż listy do których nie załączono znaczka pocztowego pozostają bez odpowiedzi.

Adres Redakcji i Administracji: Warszawa, Krakowskie Przedmieście 38 m. 11, tel. 694-02.

Redakcja i Administracja czynna w środy i piątki od 5 — 6 pop.

Cena prenumeraty: rocznie 6 zł., półrocznie 3.50 zł., kwartalnie 1.80 zł. Pojedyńczy numer 0.65 gr. wraz z przesyłką.

Prenumeratę można opłacać przy pomocy blankietów rozrachunkowych lub do P. K. O. na konto Nr. 29.360.

Redaktor odpowiedzialny i wydawca: **Dr. farm. Maria Bernerówna**

Druk. M. Gołaszewski i Syn, Warszawa, Czerniakowska 131, tel. 9.38-57